

# 街かどケアカフェけやき 12月のご案内

年末年始のお知らせ…12月29日(木)~1月3日(火)までお休みです。

## 『街かどケアカフェけやき』はどんなところ？



- ◇ お茶を飲みながらゆったり過ごせる、くつろぎと憩いの場です。
- ◇ 健康づくり・介護予防や認知症予防に関する講座販売やイベントがおこなわれています。
- ◇ 専門スタッフに健康や認知症に関する相談ができます。

営業日:毎週月曜~土曜日(日曜・祝日は休み)10:00~16:00



新型コロナウイルス感染状況により、中止など予定変更になる場合がございます。

※マスクの着用・手指消毒・検温・利用者簿への記入のご協力をお願いします。

## 12月のイベント・講座のご案内…すべての講座は無料です。場所は3階集会室

9日(金) 口腔講座 13:30~14:15 事前申し込み 「おもちゃでの窒息を防ぐために」

13日(火) 練馬区薬剤師会による講座 10:30~11:30 事前申し込み 定員 24名

15日(木) にこにこスポーツプログラムけやき 1部 13:00~14:00 2部 14:15~15:15

持ち物…手ぬぐいサイズのタオル 簡単フィットネスで運動不足を解消! 事前申し込み 定員各 10名

21日(水) 「大泉コロナの会・練馬認知症介護家族の会」 13:30~15:30 事前申し込み 定員 12名

\*介護について語りたい方、情報がほしい方、お気軽にお出かけください。

23日(金) 栄養講座 13:30~14:15 事前申し込み 定員 24名 「食生活から考える認知症予防」

## 12月のおしゃべりサロンゆったり 13:30~15:30 事前申し込み 【場所は3階集会室】

12/1(木) 定員 24名 12/13(火) 定員 24名 12/22(木) 定員 24名

\*全日程申し込みできます。定員を超えた場合は、調整させていただきます。

ボランティアさん募集中!!

必要な方は、お飲み物をお持ちください。

初めての方、大歓迎です!! お気軽にご参加ください!

申し込み・問い合わせ : 南大泉地域包括支援センター ☎03-3923-5556 裏面に案内図

# 街かどケアカフェけやき 案内図

